

적당히 먹고 많이 운동하십시오. 밝은 미래가 기다립니다.

"당뇨병의 한국형 진료 지침 필요, 개발 착수"

김두만 교수 / 강동성심병원 내분비내과



·임상연구센터협의체란 무엇이고 이번 건강강좌의 취지는 무엇입니까?

보건복지부에서 대규모의 예산을 들여서 심장병, 제 2형 당뇨병, 폐질환, 우울증, 간질환, 암 등에 관한 역학, 예방, 진단, 치료 현황 등을 파악하고 치료지침을 개발하기 위해 대학병원을 중심으로 질환에 대한 임상연구센터를 지정하였습니다. 그리고 임상연구센터들의 효율적인 연구수행을 위해서 협의체를 구성한 것이 임상연구협의체입니다. 제 2형 당뇨병 임상연구센터로 11개 대학병원이 지정되었고, 경희의대의 김영설 교수께서 주연구자로 선정되어 전체 연구를 총괄하고 있습니다. 제 2형 당뇨병의 치료, 예방, 합병증 관리, 생활습관 교육, 경제적 효과 등 5개 세부 과제별로 한국형 제 2형 당뇨병환자의 특징을 규명해 가장 적합한 표준 치료지침을 확립할 계획으로 제 2형 당뇨병 임상연구센터가 설립되었습니다. 총 5개의 세부과제 중에서 당뇨병 합병증에 관한 제 3세부과제의 세부연구자로 한양의대의 박용수 교수가 선정되었고 저는 이 제 3세부과제의 연구자로 활동하고 있습니다. 임상연구센터의 설립목적은 달

성하기 위해서는 질환을 앓고 있는 환자들의 협조가 필수적이기 때문에 국민을 대상으로 임상연구센터의 설립목적 등을 홍보할 목적으로 임상연구센터가 지정되어 있는 6대 질환을 중심으로 건강강좌를 갖게 되었습니다.

한국형 진료 가이드라인에 대해 연구를 하는데, 당뇨병의 경우 이제까지 해온 서양식 진료의 단점은 무엇입니까?

서양식 진료에 단점이 있어서 한국형 진료 가이드라인을 만드는 것은 아닙니다. 원칙적으로 같은 질병이면 진단이나 치료에 차이가 있을 수 없지만, 특히 당뇨병의 경우에는 진단이나 치료에 있어 한국적인 특성을 감안하여 진료지침을 만드는 것이 중요합니다. 예를 들면 같은 인슐린 용량에도 서양인보다 우리나라 당뇨병환자가 혈당이 더 감소합니다. 또 서양인에 비해 상대적으로 비만한 당뇨병환자가 적기 때문에 경구혈당강하제를 비롯한 당뇨병의 치료법에 약간의 차이가 있습니다. 또 우리나라 의학이 선진국 수준과 대등하게 발전한 현실에서 외국의 진료지침을 무분별하게 사용하

기 보다는 우리나라 환자의 특성을 고려한 치료지침을 개발하는 것이 중요합니다.

그렇다면 한국형 진료 가이드라인은 무엇이고 어떠한 방법으로 연구 되나요?

단순하게 풀어서 말하면 한국인 환자의 특성에 맞춘 진료지침이 한국형 진료 가이드라인이라고 할 수 있습니다. 제 2형 당뇨병을 예로 들면, 각각의 세부과제로 현재의 치료현황, 제 2형 당뇨병 고위험군의 등록 및 예방, 식생활습관이나 운동습관의 현황 파악, 당뇨병성 합병증의 발생 및 진행, 제 2형 당뇨병 치료에 사용되는 전체 비용 및 비용-효과 분석의 주제에 관한 연구가 이루어지면 이런 주제들이 외국의 경우와 어떤 차이가 있는지를 알게 될 것입니다. 그러면 자연스럽게 이 결과들을 바탕으로 하여 한국형 진료 가이드라인이 만들어질 예정입니다. 그러나 시간이 많이 걸리기 때문에 먼저 외국의 여러 가이드라인을 분석하고 기존의 우리나라 자료와 비교하여 임시로 한국형 진료 가이드라인을 만든 뒤에 연구가 종료될 시점인 8년 뒤에 확인된 연구결과를 대비하여 최종 수정하는 절차를 밟게 될 것입니다.

임상연구센터협의체의 한국형 진료 가이드라인 개발 연구가 2005년부터 시작되었는데 1년이 지난 지금 그동안의 연구 성과나 비관 결과들은 무엇입니까?


아직까지 바뀌었다고 내세울만한 결과는 없습니다. 단 일본을 포함한 외국의 당뇨병 진료 가이드라인을 분석하여 앞으로 한국형 진료 가이드라인을 만드는 데에 필요한 기초 자료를 이미 확보하였으며, 이를 바탕

으로 당뇨병 진단, 치료 및 합병증 등에 관한 임시 진료 가이드라인이 만들어질 예정입니다.

당뇨병의 치료와 예방에는 생활습관 개선이 제일 중요한데 실현하기가 매우 힘듭니다. 이에 생활습관 개선을 도와줄 수 있는 프로그램이나 한국형 진료 맞춤으로 개발되고 있는 것들이 있는지요?

인하의대의 남문석 교수가 책임자로 활약하고 있는 세부과제가 바로 그 해답을 줄 것으로 기대합니다. 현재 남문석 교수팀을 주축으로 식생활습관이나 운동습관의 현황 파악이 시작되었고 이를 기초로 하여 한국인에 맞는 맞춤형 생활습관 개선법이 만들어질 예정입니다.

마지막으로 환자과 일반인들에게 당부하고 싶은 말씀은?

제 2형 당뇨병의 예방뿐만 아니라 치료에 있어서도 가장 중요한 부분이 식사요법과 운동요법입니다. 간단히 말하면 적게 적당히 먹고 많이 걷는 것이 되겠습니다. 물론 처음 시작할 때는 누구나 작심하고 시작하지만 나약함 때문에 결국은 '작심삼일'이 되기 쉽습니다. 그래서 당뇨병 교육을 통한 끊임없는 교육과 동기부여가 중요하다고 생각합니다. 당뇨병으로 고생하시는 모든 분들께 마지막으로 드리고 싶은 말은 "현재 여러분이 피부로 느낄 정도는 아니지만 당뇨병의 많은 분야에서 획기적인 발전이 이루어지고 있기 때문에 적절하게 혈당 및 여러 위험인자를 조절하면서 기다린다면 밝은 미래가 기다리고 있다"입니다. 감사합니다.  글 홍지영 기자